

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

ALL ABOUT FITNESS! (OBERHAID)

Veranstaltungsnummer	10406FB0126
Start- / Enddatum	07.03.2026 - 07.03.2026
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Grund- und Mittelschule Oberhaid ,
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 10406FB0126 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	

ÜBUNGSLEITER-FORTBILDUNG DES SPORTKREISES BAMBERG

Noppenkissen (mit Luft gefüllt)

Intensive Trainingsmethode zur Haltungsverbesserung, Körperstabilisation, Balance sowie Training für die Gelenk-, und Wirbelsäulenmuskulatur.

Xco

Take it, shake it - einfaches, dynamisches und effektives Trainingsgerät fürs Body-Workout

Xco-Walking

Eine sinnvolle Ergänzung zum Walking/Nordicwalking fördert die Körperhaltung, den Energieverbrauch und das Körpergefühl.

Fitness mit der Aquanudel in der Sporthalle

Herz/Kreislauftrennung sowie Bein-, Bauch-, Rückenmukulatur und Dehnung

Gehirntraining und Bewegung

Übungen und Spiele zur Verbesserung von Reaktion, Koordination, Gewandtheit, Schnelligkeit, usw.

Inhalte

- Noppenkissen
- Xco
- Xco-Walking
- Fitness mit der Aquanudel in der Sporthalle
- Gehirntraining und Bewegung

Zielgruppe

Für Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Nachwuchskräfte und Interessierte.

Teilnahmevoraussetzungen

Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein

Sonstige Informationen

Der BLSV und die BSJ verurteilen sexualisierte Belästigung und Gewalt. Auf all unseren Veranstaltungen fordern wir daher eine angenehme und vertrauensvolle Atmosphäre ein. Sollten Ihre persönlichen Grenzen bei

dieser Veranstaltung nicht gewahrt werden, können Sie sich mit dem Arbeitsbereich „Prävention sexualisierter Gewalt - PsG“ in Verbindung setzen. Die Ansprechpersonen der BSJ sowie weitere externe Anlaufstellen finden Sie [hier](#)

Organisatorische Hinweise

Bitte eine Gymnastikmatte mitbringen. Geräte werden gestellt.

Unterrichtszeit:

09:00 - 15:30 Uhr

(Änderungen vorbehalten)

Veranstaltungsleitung

Michaela Kaiser

Referenten

Gerhard Ellinger

Lizenzverlängerungen

Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)

Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche

Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere

Übungsleiter B Sport in der Prävention

Veranstaltungsbestätigung

Nach Teilnahme am gesamten Lehrgang erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung. Bei zwischenzeitlicher oder vorzeitiger Abwesenheit ist es nicht möglich, eine Teilnahmebescheinigung auszustellen. Eine anteilige Anerkennung ist nicht möglich.

Bitte beachten Sie die [Gültigkeits- und Verlängerungsmodalitäten für Lizenzen](#).

Lizenzverlängerung

Zur Verlängerung der BLSV-Lizenzen senden Sie bitte die folgenden Unterlagen komplett zur weiteren Veranlassung an:

Email: uebungsleiter@blsv.de

- Bitte die BY-Nummer und die aktuellen Kontaktdaten angeben
- Teilnahmebestätigung(en)
- PsG-Selbstverpflichtung

Termin

07.03. - 07.03.

Veranstaltungspreis

55,00 € buchbar bis **13.12.2025**

Frühbucher BLSV-Mitglied

60,00 €

Veranstaltungspreis BLSV-Mitglied

Informationen zur Verpflegung

Für Verpflegung muss bitte selbst gesorgt werden.

Meldeschluss

01.03.2026

Anzahl der Plätze

30

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportkreis Bamberg

Ansprechpartner

Martin Tupy, oberfranken@blsv.de